



サザンカ

うたごよみ 〳 如月 〳

〔短歌〕

塚原晩益選

行き来するコロナの恐怖消えずして平穏な
日々戻るのは何時いつ

吉永由紀子

浄土へと旅立つあなた一言も別離わかの言葉無
き儘ままに逝くゆく

池田キヨ子

年老いて捨てたい物も多けれど思い出ばか
りまたおしくなる

赤星 文子

離れ住む優しき友に幸ちあれと願いを込め
て賀状書きをりがじようが

内田乃武子

昨年は病に泣いた年なれど人のなさけに涙
する日々

緒方 明美

独り居のひとり正月さびしさや誰も来ぬま
ま今日は七草

塚原 晩益

〔肥後狂句〕

北川直美選

弱よつとる

もう雑布ぞうきんに丁度よか 広田みどり

弱よつとる

母さんちよつと知恵貸して 下山 千恵

弱よつとる

なかなか減らん後遺症 志垣 光

弱よつとる

施設の母が気にかかる 佐藤 葵

弱よつとる

安心出来ん冷蔵庫 平井やよい

弱よつとる

あの高腰たかこしじゃ無理も無ア 長原 産賀

弱よつとる

年金月はまだ来んね 光永 六

弱よつとる

女房がばやく物価高 井元あざみ

弱よつとる

ブービー賞も取りきらん 日高 美里

弱よつとる

日照り続きで野菜たち 上田 梅清

弱よつとる

孫の子守りもやおいかん 中村 南幸

弱よつとる

賞味期限なとうに過ぎ 北川 直美

■お問い合わせ先 町教育委員会公民館事務局
☎096・234・2447 (内線321)

ひとの動き (敬称略)

12月11日(日)～1月10日(火)届出

birth				
お誕生おめでとう				
住 所	氏 名	性別	保護者	
世 持	上田 姫己	女	将 吾	
上早川	井元 絃葉	女	俊 介	
津志田	一口 茉白	女	昌 弘	

marriage				
ご結婚おめでとう				
住 所	氏 名			
夫	有 安 井芹	竜太		
妻	熊本市 清田	波花		

condolence				
お悔やみ申し上げます				
住 所	氏 名	年齢	世帯主	
横 田	稲葉サチ子	86	由 美	
下横田	福永タツ子	94	憲 明	
麻生原	久米 成子	86	成 子	
緑 町	井元加代子	78	加代子	
芝 原	本田 親一	71	雄 二	
田 口	本田ミツヨ	95	廣 正	
早 川	寺本 節子	95	勇 次	
ほか6人				

data		
甲佐町の人口・世帯数		
項目	数	増減
男	4,930	0
女	5,342	▲15
計	10,272	▲15
世帯数	4,436	3

令和4年12月31日現在

こうさの野菜で作ってみよう！

レシピ提供：料理研究家 沼田峰子さん（北原区）



白菜のとろとろあんかけ鍋

ご存じですか？

冬野菜の代表と言える白菜は、水分を多く含み、カロリーは低いのに、栄養が豊富なのはご存じですか？

白菜に多く含まれるビタミンCは、風邪の予防や免疫力の向上に効果的です。ただ、ビタミンCは、熱に弱く水に流れ出てしまいます。鍋で白菜を食べるときは、具と汁と一緒に食べると栄養を逃さずに補給できますね。



作り方

- ①白菜をよく洗い、葉と芯に切り分け、木綿豆腐を水にさらし、8等分に切っておきます。
- ②ショウガをすり下し、【A】を混ぜ合わせて、片栗粉を水で溶いておきます。
- ④フライパンにゴマ油を入れて熱し、ひき肉をほぐしながら炒めます。
- ⑤④に白菜の芯の部分を加え、さらに炒め、【A】と一緒に土鍋などの大きめの鍋に流し入れ3～4分、弱火で煮ます。
- ⑥芯がしんなりしたら、白菜の葉を加え、2～3分加熱します。
- ⑦ここで火を止めて、水溶き片栗粉を加え全体を混ぜます。再び火を付け、とろみがついたら豆腐を入れてひと煮立ちさせたら完成です。

編集後記

「二十歳の成人式」が、名称変更されて初めての開催となりました。20歳の皆さんのキラキラした瞳と晴れ着姿がまぶしく、とても印象的で、仲間や恩師との再会を喜ぶ姿を見てみると、こちらも温かい気持ちになりました。

今回、新たな試みとして会場の外に甲佐町のバックパネルを使ったフォトブースを設置しました。皆さんが使ってくれるか不安でしたが、当日大盛況で設置した甲斐がありました。実は、「LOVE KOSA」と書かれた手持ちグッズも作ったのですが、デザインがイマイチだったのかあまり使ってもらえませんでした。来年はもっと映えるものを作ればと思います。

改めまして20歳を迎えられた皆様、おめでとうございます。それぞれの夢や目標に向かって頑張ってください！
(志)